

УДК 316.612

Н. В. Мажников

Кубанский государственный университет,
г. Краснодар, Россия

N. V. Mazhnikov

Kuban state University,
Krasnodar, Russia

ТВОРЧЕСКАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ В СПОРТЕ: АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ СОЦИОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Статья посвящена анализу творческой составляющей в спорте сегодня. Представлено определение творчества и рассмотрено понятие спортсмена как целеустремленной личности. Представлены результаты социологического исследования о важности творческого подхода в спортивной деятельности, а также проанализирован индивидуальный и креативный подход в тренировочном процессе как элемент проявления творчества в спорте.

Ключевые слова: спорт, спортивная деятельность, творчество, креативный подход, творческая составляющая

THE CREATIVE COMPONENT IN THE ACTIVITIES: ANALYSIS OF THE RESULTS OF A SOCIOLOGICAL STUDY

The article is devoted to the analysis of the creative component in sports today. The definition of creativity is presented and the concept of an athlete as a purposeful person is considered. The article presents the results of a sociological study on the importance of creative approach in sports activities, as well as analyzes individual and creative approach in the training process as an element of creativity in sports.

Keywords: sport, sports activity, creativity, creative approach, creative component

Сегодня почти ни одна сфера человеческой деятельности не обходится без творческого элемента или творческой составляющей. Творчество можно определить как социальную активность личности, мотивированную стремлением к самореализации и самосовершенствованию [1].

Спорт и творчество на современном этапе — неразрывно связанные между собой понятия, они тесно взаимодействуют и дополняют друг друга. Однако так считали далеко не всегда. С творчеством связывали лишь танцы на льду, художественную гимнастику и некоторые другие

направления, а большинство видов спорта в представлении спортсменов и тренерского состава основывались на выносливости, силе и других элементах. Это отражалось на тренировочном процессе и психологической подготовке спортсмена.

Современные подходы меняют сложившиеся стереотипы. В спорте все более актуальной становится тема гармонически развитой личности. Современный спортсмен уже не воспринимается как некий робот, четко выполняющий заданную программу. Спортсмен — это целеустремленная личность, поэтому необходимо строить тренировочный процесс так, чтобы занимающийся смог раскрыть весь свой потенциал [1].

В целях рассмотрения творчества в спортивной деятельности нами было проведено социологическое исследование в январе — марте 2020 г. Метод — полустандартизированное интервью; выборка составила 25 человек, связанных своей профессиональной деятельностью со спортом (спортсмены и тренеры).

Респонденты отметили, что в современном спорте, особенно в индивидуальных видах, часто наблюдаются случаи, когда полезная и дающая результат для одного спортсмена методика тренировок для другого вовсе не подходит или даже ему противопоказана.

В ходе конкурентной борьбы, рассказали опрошенные тренеры, некоторые спортсмены включают все свои резервы организма (вплоть до использования различных нестандартных и креативных методов настро)я перед ключевым стартом или выступлением. Так, американский пловец Калев Дрессел, известный своими победами и мировыми рекордами, установленными за последние пару лет, перед каждым заплывом, выходя на стартовую тумбочку, подносит к своему лицу бандану и проговаривает шепотом какую-то речь. Со стороны зрелище крайне непонятное и неоднозначное, но сам пловец, комментируя происходящее, говорит, что таким образом он отдает дань памяти своей умершей тете, тем самым сосредотачивается и настраивается на предстоящий заплыв. Умение нестандартно мыслить и креативно подходить к своему делу, открывать новые неизученные ранее методики и подходы весьма важно и необходимо для действующего спортсмена для достижения желаемого результата.

В результатах исследования также отмечается, что сегодня, в эпоху технологического прогресса и доступности информации, для достижения высоких результатов в спорте необходимо использовать в тре-

нировочном процессе последние передовые достижения и технологии в медицине, биологии, психологии и ряде других смежных наук. Только при комплексном подходе удастся добиться наиболее значимых результатов.

Для достижения высоких результатов тренер, совместно со спортсменом выбирают индивидуальный, творческий и креативный подход. Еще два десятилетия назад на тренировках давалась одна работа, одно задание для всех атлетов, и кто «выживет», у кого организм лучше адаптируется к нагрузке, тот и победит. В настоящее время методика тренировок крайне изменилась. Сегодня тренер старается подстроиться под каждого своего спортсмена отдельно, пытается придумать ему что-то новое и необходимое, каким-то образом поэкспериментировать с тем или иным известным ранее упражнением, но представив его в новом формате, надеясь на дальнейший успех. Если всего этого не делать и не пробовать, не рисковать порой, а просто повторять изо дня в день тренировочный комплекс, то прогресса в результатах вряд ли стоит ожидать. Цифры мировых показателей обновляются часто. Это позволяет сделать вывод, что процесс активного творческого поиска в тренировочном процессе происходит постоянно. В поисках этих креативных и нестандартных идей, в предположениях и научных разработках как раз и проявляется ярко творческая составляющая спорта.

Сами спортсмены зачастую вместе с тренером анализируют специальную литературу, делятся увиденным и полученным опытом, совместно трудятся над созданием и поиском верного и нужного пути. Э. Хемингуэй с полным основанием утверждал, что спорт учит жизни. Надо сказать, детям нравится такой учитель. В воспитании настойчивости, сильной воли, целеустремленности, умения ограничивать себя спорту трудно найти конкурентов. Ситуации, закаляющие волю, в обыденной жизни ребенка не так уж часты, но в спорте же они повседневны [2].

Спорт не просто взаимодействует с творчеством, но и сам по себе вырабатывает его. Регулярные физические нагрузки не просто способствуют физическому и психологическому здоровью человека, укрепляя его иммунитет, но еще и стимулируют его творческие способности. Во время занятий спортом в мозге человека активизируются области, отвечающие за творчество и вдохновение. Кроме того, физические нагрузки способствуют насыщению крови и клеток мозга кислородом, благодаря чему человеку легче мыслить и анализировать [3].

Спорт сегодня выступает некой панацеей в борьбе с рядом заболеваний, а спортивная деятельность вместе с творческим ее подходом помогают спортсмену чувствовать себя не просто субъектом этой деятельности, но и активным ее инициатором и действующим лицом, способным проявлять и реализовывать свои индивидуальные особенности.

В заключение необходимо сделать вывод, что современный классический спорт, каким мы его представляем, вышел уже за рамки очевидного, прошел свой начальный этап, в котором основной упор делался на тренировках мышц тела и развитии выносливости организма. Сейчас одних лишь упражнений на силу или скорость будет недостаточно, необходимо использовать целый комплекс различных факторов и подходов, которые только в совокупности своей дадут необходимый результат. Творческий потенциал, креативное мышление и нестандартные подходы — вот основные отличительные черты современного спорта.

Литература

1. Максачук Е. П. Творческая активность в спортивном воспитании [Электронный ресурс] // Учен. зап. ун-та им. П. Ф. Лесгафта. 2014. № 1 (107). С. 102–105. URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_21158089_83477609.pdf (дата обращения: 16.02.2020).
2. Сухомлинский В. А. Спортивное творчество [Электронный ресурс] // Scipsy. 2018. URL: <https://scipsy.ru/trud/спортивное-творчество.html> (дата обращения: 15.02.2020).
3. Тинов И. Спорт и творчество взаимосвязаны, доказали ученые [Электронный ресурс] // Discover 24. 2016. 12 нояб. URL: <https://discover24.ru/2016/11/sport-i-tvorchestvo-vzaimosvyazany-dokazali-uchenye/> (дата обращения: 17.02.2020).